

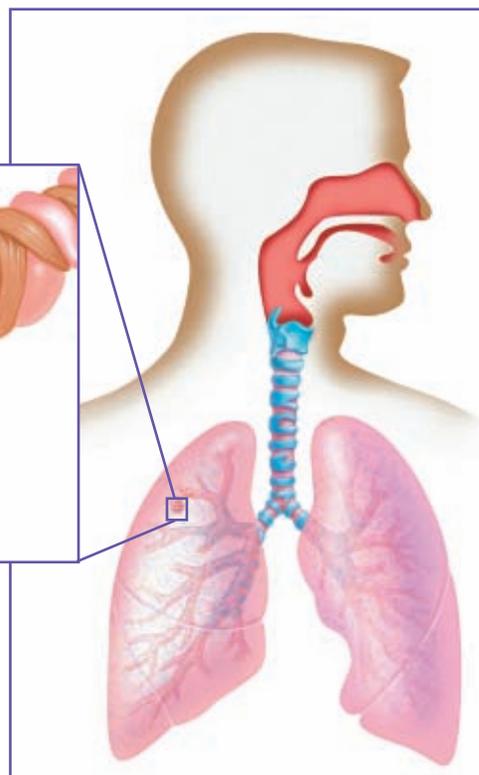
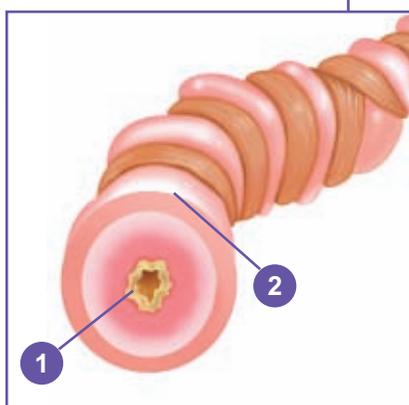
El Ataque de Asma

Cuando respira, el aire entra y sale de los pulmones a través de tubos denominados vías respiratorias. Cuando usted tiene asma, las vías respiratorias están sensibles. Pueden contraerse cuando usted tiene contacto con cosas que puedan desencadenar el asma. Esto se denomina ataque de asma.

¿Qué sucede durante un ataque?

Dos cosas principalmente suceden **durante** un ataque que dificultan respirar.

1. El interior de las vías respiratorias se inflama y se llena de mucosidad.
2. Los músculos alrededor de las vías respiratorias se contraen. Esto también hace que las vías sean más angostas.



Señales de advertencia

Usted puede recibir señales de advertencia varias horas **antes** de que comience un ataque. Estas señales son diferentes para cada persona. Verifique cuáles son las que le suceden a usted:

- Respiración sibilante
- Le falta el aire con facilidad
- Opresión en el pecho
- Más tos y mucosidad
- Una caída en la lectura del monitor de flujo máximo
- Respiración más rápida que la normal
- Ritmo cardíaco acelerado
- Otros _____

Notas

Qué debe hacer durante un ataque de asma

- Siga su Plan de Acción para el Asma.
- Tome el medicamento de rescate (rápido alivio) como se lo indicó su médico.
- Relájese. Mantenga la calma y trate de respirar lenta y profundamente.
- Busque ayuda cuando la necesite. Dígale a alguien si advierte que le cuesta más trabajo respirar.

Si tiene preguntas, consulte a:

Doctor's address printed here.